

スギナ (杉菜)

名前の意味：形が杉すぎに似ている菜なの意味。菜なの付くものは食べられることを示す。スギナは食べられないが、胞子茎ほうしけいの「つくし」が食べられる。

分類：した類、トクサ科、トクサ属

好きな場所：日当たりのよい道ばた、土手

分布：北海道、本州、四国、九州

原産地：昔から日本に生えていた (自生じせい)

特徴：緑色の細かく分かれた茎くきと枝、茶色の退化たいかした葉

胞子の運ばれかた：風に飛ばされる

花卉の数：花はない

繁殖期：3—4月

食べ方：「つくし」のまだ硬かたく、緑がかったものをつみ取り、ゆでてお浸ひたしにする。甘辛あまからく煮て佃煮風つくだににしてもおいしい。

見分け方：身近によく似た植物はない。

見つけやすさ ★

見分けやすさ ★

総合難易度そうごうなんいど ★

(★が多いほど量が少なく、見分けにくく、難易度が高い)